

## **CORSO DI I LIVELLO PER L'ACQUISIZIONE DELLA QUALIFICA DI ALLENATORE/PERSONAL TRAINER**

**REGOLAMENTO ANNO SPORTIVO 2017**

### **1) Organizzazione**

L'organizzazione del Corso è affidata alle **Organizzazioni Territoriali FIPE**.

Il garante del Corso è il Presidente/Delegato del Comitato Territoriale.

### **2) Durata e materie**

Il Corso, che è in totale aderenza al "**Sistema Nazionale delle Qualifiche dei Tecnici Sportivi**" (SNaQ - promosso dal Comitato Olimpico Nazionale Italiano-CONI, in stretta connessione con il Quadro di Riferimento Europeo), è articolato in **52 ore** (lezioni teoriche e pratiche) - più valutazione finale - distribuite in più week-end, a discrezione dell'Organizzazione Territoriale (come da Programma allegato).

Il Corso viene avviato solo dopo aver raggiunto un numero minimo di adesioni prefissato da ogni Organizzazione Territoriale e, comunque, nel rispetto del limite massimo di n. 50 iscritti per Corso.

### **3) Quota di partecipazione**

La quota di partecipazione è di **€ 500,00** ed è comprensiva di Lezioni, Esame, Diploma, Materiale didattico e Tesseramento 2017.

Sono previste tariffe agevolate di **€ 350,00** per le seguenti categorie:

- Atleti di Pesistica (che hanno partecipato alle Finali Nazionali dei Campionati Italiani);
- Atleti "medagliati" alle Finali Nazionali di Distensione su Panca e del Biathlon Atletico (giunti ai primi 3 posti nelle rispettive categorie);
- Diplomi ISEF, Laureati in Scienze Motorie o studenti iscritti almeno al secondo anno di Scienze Motorie (questi ultimi dovranno allegare - al modello di adesione al Corso - attestazione di iscrizione alla propria Facoltà).
- Tecnici di almeno I Livello di altra Federazione Sportiva Nazionale riconosciuta dal CONI.

### **4) Requisiti di ammissione**

Possono accedere al Corso tutti coloro che sono in possesso dei seguenti requisiti (autocertificazione):

- maggiore età;
- non avere riportato nell'ultimo decennio, salvo riabilitazione, squalifiche o inibizioni sportive definitive complessivamente superiori ad un anno da parte delle Federazioni Sportive Nazionali, delle Discipline Sportive Associate, degli Enti di Promozione Sportiva, del CONI o di Organismi Sportivi Internazionali riconosciuti;
- non aver subito sanzioni di sospensione dall'attività sportiva derivanti dall'applicazione delle NSA approvate dal CONI e dalla legge 376/2000 "Disciplina della tutela sanitaria delle attività sportive e della lotta contro il doping";
- avere praticato almeno 2 anni di attività in palestra con una conoscenza di base degli esercizi con i pesi (autocertificazione).

Inoltre, si deve essere in possesso di un Certificato Medico generico di idoneità fisica non agonistica (in corso di validità), da presentare - anche in copia conforme all'originale - il primo giorno del Corso (in occasione delle operazioni di accredito).

I cittadini stranieri dovranno dare dimostrazione di essere "regolarmente" presenti sul territorio italiano.

### **5) Iscrizioni**

L'iscrizione al Corso si effettua mediante la compilazione del modello on line (portale <http://strengthacademy.it/> - accessibile anche dal sito [www.federpesistica.it](http://www.federpesistica.it) - sezione Formazione) che, una volta completata, sarà inoltrata dal sistema direttamente al Comitato competente.

L'Organizzazione Territoriale si farà carico di contattare direttamente tutti i pre-iscritti al fine di comunicare la lista definitiva dei partecipanti e per autorizzare gli stessi a perfezionare la domanda d'iscrizione, effettuando il pagamento della quota dovuta.

Il pagamento della quota d'iscrizione si effettua o tramite versamento sul c/c postale n. **65794034** (intestato a: Federazione Italiana Pesistica - Viale Tiziano 70 - 00196 Roma - **causale:** "Corso I Livello 2017 Regione \_\_\_\_\_" e **nominativo** oppure tramite bonifico bancario con utilizzo del **Codice IBAN: IT83Y010050330900000010130** della BNL (stessa intestazione e stessa causale del bollettino).

### **N.B.**

1. Nell'eventualità in cui il Corso venga annullato o non si svolga per cause riconducibili all'Organizzazione Territoriale, si ha diritto al rimborso integrale della quota versata (dietro presentazione di richiesta scritta, da far pervenire entro 30 giorni dalla data di annullamento del Corso).

Nel caso in cui si rinunci a partecipare per motivi strettamente personali, la Federazione provvederà a rimborsare il 50% della quota d'iscrizione, dietro presentazione di richiesta scritta unitamente all'invio della ricevuta di pagamento, da inoltrare alla Segreteria FIPE (Viale Tiziano, 70 - 00196 Roma) entro il decimo giorno precedente la data di inizio del Corso.

La richiesta può essere inoltrata anche via fax (06-8797.3032) ovvero via e-mail ([demarco.corsi@federpesistica.it](mailto:demarco.corsi@federpesistica.it) - [poiiani.corsi@federpesistica.it](mailto:poiiani.corsi@federpesistica.it)).

- Si fa presente che, unitamente all'accettazione dell'iscrizione, l'interessato ottiene anche la copertura assicurativa (con decorrenza dalla data del primo giorno del Corso).

## **6) Materiale didattico**

Il corsista riceve (all'atto dell'accredito) il seguente libro: "Dalle Scienze Motorie all'Allenamento Sportivo".

## **7) Esame finale**

Il partecipante al Corso, dopo aver frequentato le ore di lezione obbligatorie (con un margine massimo di **8 ore di assenza**), dovrà preparare un "elaborato in formato elettronico" (tesina scritta di circa 30 pagine o una presentazione di circa 30 slides in PowerPoint) su materie trattate durante il Corso.

L'esame prevede:

- una prova scritta in forma di quiz, predisposta dalla Federazione, sulla base di 30 domande a risposta multipla, su argomenti trattati sul libro "Dalle Scienze Motorie all'Allenamento Sportivo".

Il voto viene espresso in "100esimi" e alla fine delle prove viene stilata una graduatoria.

Ogni risposta errata comporta la perdita di un punto; ogni risposta non data equivale a risposta errata (punteggio massimo 30/100);

- un colloquio orale, che ha inizio dall'esposizione dell'elaborato e si sviluppa su tutto il programma (punteggio minimo 20/100 - punteggio massimo 40/100), ed il cui superamento è condizione essenziale per il conseguimento della qualifica.

Inoltre, ai fini della graduatoria finale, verrà presa in considerazione la prova pratica di valutazione sull'apprendimento delle tecniche di strappo e di slancio (punteggio massimo 30/100), che ogni partecipante al Corso dovrà effettuare al termine delle lezioni obbligatorie di pratica.

Per essere promosso, l'esaminando - al termine delle tre prove - deve ottenere una valutazione minima di 60/100, **previo - comunque - l'ottenimento di almeno 20/100 alla prova del colloquio orale.**

*Chi non risultasse idoneo alla qualifica, potrà sostenere un nuovo esame in sede e data stabilita dal Comitato Territoriale (da tenersi, comunque, entro l'anno solare in cui si è frequentato il Corso).*

*Qualora non si superasse anche la seconda prova d'esame (di "recupero"), sarà discrezione dell'Organizzazione Territoriale stabilire se il candidato potrà sostenere gli esami per una terza volta (sempre entro l'anno solare in cui si è frequentato il Corso) oppure se lo stesso dovrà iscriversi al nuovo Corso indetto dal Comitato Territoriale, usufruendo della riduzione del 50% sulla quota di iscrizione prevista.*

## **8) Abilitazione**

A coloro che superano l'esame, la Federazione conferisce la Qualifica di "Allenatore/Personal Trainer" (I Livello Federale), con decorrenza immediata e consegna del Diploma Federale.

Contestualmente sono attribuiti **n. 10 Crediti Formativi SNAQ CONI** (Sistema Nazionale di Qualifiche dei Tecnici Sportivi); tali crediti risultano "spendibili" presso la maggior parte delle Facoltà di Scienze Motorie (per l'attività formativa a scelta) e/o presso le Facoltà di Scienze Motorie on-line, con le quali è stato firmato apposito accordo. Altresì, i Crediti sono riconosciuti anche dall'organizzazione "Punto Formazione", convenzionata con la FIPE per i Corsi di Massofisioterapia.

I candidati abilitati - inquadrati nell'Albo Federale degli Insegnanti Tecnici - riceveranno per posta la Tessera Federale (per l'anno di riferimento) e - in abbonamento gratuito - la Rivista Federale "Strength & Conditioning", all'interno della quale è ricompresa una sezione dedicata all'Aggiornamento annuale obbligatorio (a tal riguardo, si fa presente che - per i neo-diplomati - l'obbligatorietà entra in vigore dall'anno successivo all'acquisizione della Qualifica; in ogni caso, se lo desiderano e lo ritengono opportuno, gli stessi possono anche decidere di partecipare subito - a titolo volontario - ai test di aggiornamento).

Coloro che acquisiscono la qualifica federale nel mese di novembre (o a inizio dicembre), hanno l'opportunità di rinnovare il Tesseramento alla FIPE (per l'anno successivo) usufruendo della quota agevolata di 90,00 euro (nel rispetto del termine ultimo di versamento, fissato al 31 agosto di ciascun anno).

Si entrerà a far parte dell'Albo Federale degli Insegnanti Tecnici solo se si è in regola con il Tesseramento annuale.

*per ulteriori informazioni:*

*.visita il portale <http://strengthacademy.it/> (accessibile anche da [www.federpesistica.it](http://www.federpesistica.it) - sezione Formazione) contatta il tuo Comitato FIPE (trovi i riferimenti su [www.federpesistica.it](http://www.federpesistica.it) - sezione "Comitati Regionali")*